
Tekijä Saara Obele

Työn nimi Kuvitus ja Representaatio –
Miten kuvittaja voi vaikuttaa visuaalisen viestinnän ihmiskuvaan?

Laitos Median Laitos

Koulutusohjelma Visuaalisen Viestinnän Muotoilu

Vuosi 2020

Sivumäärä 42

Kieli Suomi

Tiivistelmä

Kandidaatin opinnäytteessäni tutkin kuvitusta ja representaatiota sekä sitä, miten eri tavoin kuvittaja voi vaikuttaa visuaalisen viestinnän ihmiskuvaan. Työni koostuu taustatutkimuksesta ja kahdesta eri kuvitusproduktiosta.

Tutkimusosuudessa pohdin representaatioon liittyviä käsitteitä ja ilmiöitä visuaalisen viestinnän maailmassa. Tarkastelen representaatiota ja sen toteutumista kuvaesimerkein etnisyyden, sukupuolen sekä kehollisuuden kautta. Tutkin työssäni myös stereotyyppisten kuvitusten ja yksipuolisen tarinankerronnan haitallisuutta.

Produktio-osuudessa käyn läpi ja tarkastelen ajatusprosessejani, työvaiheitani sekä representaation toteutumista kuvitetussa lastenkirjassani *Pikkuisen Pihan Porukka* sekä asiakastyönä kuvittamassani korttipakassa *Motherlover*.

Lopuksi arvioin vielä onnistumistani sekä työn merkittävyyttä itselleni ja omaan työskentelyyni.

Avainsanat representaatio, visuaalisen viestinnän muotoilu, media, diversiteetti, kuvitus

KUVITUS & REPRESENTAATIO – *M*iten kuvittaja voi vaikuttaa visuaalisen viestinnän ihmiskuvaan?

Saara Obele
Taiteen kandidaatin opinnäytetyö
Aalto Yliopisto - Taiteiden ja suunnittelun korkeakoulu
Median laitos - Visuaalisen Viestinnän Muotoilu
Kevät 2020

Sisällysluettelo

1. Johdanto.....	1	4.2 <i>Motherlover</i>	20-21
2. Taustoitus		4.2.1 Äitimyytti.....	22
2.1 Tutkimuskysymyksen esittely.....	2	4.2.2 Kuvitusten rakentuminen tekstien ja inklusiivisuuden pohjalta	23
2.2 Keskeisiä käsitteitä.....	3-5	4.2.3 Ulkoasu.....	24-25
3. Kuvitus, representaatio ja stereotypiat.....	6	5. Tulokset ja loppurefleksio.....	26
3.1 Kuvitus ja etnisyys.....	7-9	6. Lähteet.....	27-30
3.2 Kuvitus ja sukupuoli....	10-11	7. Liitteet :	
3.3 Kuvitus ja kehollisuus..	11-12	7.1 <i>Pikkuisen pihan porukka – Tähänastinen toteutus</i>	31-34
4. Produktiot.....	13	7.2 <i>Motherlover-korttipakka kannet ja 20 korttia teksteineen</i>	35-38
4.1 <i>Pikkuisen pihan porukka</i>	15-16		
4.1.1 Moodboard.....	17		
4.1.2 Hahmot ja miljö muovautuvat.....	18		
4.1.3 Tekstin ja kuvan välinen vuoropuhelu sekä representaation toteutuminen	19		

1. Johdanto

Visuaalisen kulttuurin kuvamaailma esimerkiksi mainonnassa ja mediassa synnyttää, muovaa ja ylläpitää normeja yhteiskunnassa. Normit määrittelevät sen, kuka on valta-asemassa, ja kuka kokee jäävänsä ulkopuoliseksi, ehkä jopa syrjityksi. Kun samaistumispintaa ei ole, yksilön minäkuva voi vääristyä ja pahimmillaan muovaantua kielteiseen suuntaan.

Kuvituksella, jota käytetään esimerkiksi lehtiartikkeleissa, kuvakirjoissa ja mainoksissa, on tärkeä rooli osana visuaalisen kulttuurin kuvastoa. Miten kuvituksella voidaan ylläpitää normeja, tai vastaavasti, muuttaa tai rikkoa niitä, ja samalla laajentaa kuvastojen diversiteettiä? Miten kuvittajana pystyn edesauttamaan sitä, että mahdollisimman moni ihminen voisi kokea tulevansa representoiduksi, ja sitä kautta nähdä yhteiskunnassamme? Näihin kysymyksiin pyrin vastaamaan produktiopohjaisen opinnäytetyöni kautta.

Kandidaatin opinnäytteessäni tutkin kahden kuvitusproduktion avulla rooliani kuvittajana sekä vaikutusvaltaani visuaalisen kulttuurin ihmiskuvan moninaisuuteen.

Kiinnostuin aiheesta omakohtaisten kokeuksieni kautta. Positioin itseni seuraavasti: Olen valkoinen nainen, jonka sukupuoli-identiteetti vastaa syntymässä määriteltä ja elän heteroparisuhteessa. Minulla on kaksi juuriltaan ja ulkonäöltään suomalaisesta kantaväestöstä poikkeavaa lasta: heidän juurensa tulevat isänsä kautta Nigeriasta. Lukiessamme ja katsellessamme lasten kuvakirjoja, he ilahtuvat nähdessään hahmon, johon samaistua. Usein, kun kuvassa on ei-valkoinen, kiharahiuksinen, ehkä heidän näköisensä lapsi, lapseni huudahtaa: ”Tuolla olen minä”!

Ymmärsin siis hyvin aikaisessa vaiheessa omaa vanhemmuuttani, että representaatio on tärkeää lapsen identiteetin muodostumisen kannalta. Mikäli representaatiot ovat tärkeitä lapsille suunnatuissa kuvamaailmoissa, uskon niiden olevan yhtä tärkeitä myös aikuisten kuvamaailmassa. Jos monipuolinen, samaistuttava kuvasto on tärkeää lapsille ja aikuisille, on se tärkeää myös kokonaisille ihmisryhmille ja yhteiskunnille.

Olen jakanut produktio-osuuden kahteen eri työhön, joiden kautta reflektoin tutkimustuloksiani. Olen kuvittanut, kirjoittanut ja taittanut lapsille suunnatun kuvakirjan nimeltä *Pikkuisen pihan porukka*. Lisäksi olen samaan aikaan opinnäytteeni kanssa rakentanut 30 kuvan kuvituskonaisuutta *Motherlover*-nimiseen korttipakkaan. Kortit ovat suunnattu tuoreille vanhemmille apuvälineeksi henkiseen, päivittäiseen jaksamiseen. Korttipakka on kokonaisuutena ja käyttöesineenä kuin aikuisille suunnattu kuvakirja, jota tarkastellaan kuva kerrallaan, esimerkiksi meditaation tukena. Yhteistä kuvitusproduktioilleni on se, että olen tehnyt niissä tietoisia valintoja representoida erilaisia ihmisiä.

Taustoitustyötäni pohjaan mm. amerikkalaisen sosiologin Robin Diangelon, mediatutkija Janne Seppäsen sekä muutaman suomalaisen, rodullistetun taiteilijan ja kirjoittajan, esimerkiksi Sonya Lindforsin, Jani Toivolan ja Maryam Abdulkarimin kirjoituksiin, Ruskeat Tytöt Median tuottamiin artikkeleihin sekä Kiia Beilinsonin maisterin opinnäytetutkielmaan Valkoinen oletusasetus. Lisäksi olen kirjannut opinnäytteeseni joitakin vähemmistöön kuuluvien ystävieni, sekä puolisoni kanssa käytyjä keskusteluita.

2. Taustoitus

2.1 Tutkimuskysymyksen esittely

Kuvittaja saa ammatissa toimiessaan työpöydälleen usein toimeksiantoja kuvittaa niin ihmisiä, esineitä kuin eläimiäkin. Aina, kun kuvitus-työssä esiintyy ihmisiä, kuvittajalla on vastuu siitä, millaisella tavalla ja kuinka moninaisesti erilaisia ihmisiä tuodaan esiin.

Edelleen 2020-luvulla valkoinen ihminen on normi eli yhteiskunnan muodostama standardi. Samoin kuin valkoinen ihminen, myös jako kahteen (mies-nainen-) sukupuoleen on normi. Vammaton, työkykyinen, hoikkavartaloinen ja hetero on normi. Olen aloittanut tutkimukseni etsimällä vastauksia kysymyksiin kuten “Miten normi rikotaan?” sekä “Miten voidaan tuoda esiin ja näkyväksi myös marginalisoidut, normin ulkopuolelle jätetyt ihmisryhmät?”. Yksi keskeinen ratkaisu kysymyksiini on se, että kaikki ihmisryhmät, myös vähemmistöt, sisällytetään visuaalisen kulttuurin kuvastoon. Visuaalisen kulttuurin kuvaston muodostumisessa on muun muassa mainostoimistojen casting-tiimin ohella myös yksittäisellä kuvittajalla valtaa. Valtaa, jota tietysti rajaavat oletetun asiakkaan tarpeet ja odotukset, joita määrittelee todennäköisesti visuaalisen kulttuurin normit. Visuaalinen kulttuurimme onkin kuin noidankehä, jonka haluaisin uskoa olevan mahdollista rikkoa.

Lähtökohtaisen uskomukseni mukaan kuvittajalla on rajattomasti mahdollisuuksia tehdä valintoja visuaalisten normien rikkomiseksi ja näin vastustaa stereotypioita ja rakenteellista rasismia. Opinnäytteessäni tutkin juuri näitä tietoisia, visuaalisia valintoja ja ratkaisuja: Mitä ne ovat ja miten niihin päädytään. Alkuun on tärkeää rajoittaa etuoikeutetun asemassa olevan näkökulmasta verhoa marginalisoitujen ihmisryhmien maailmaan. Väitän, että ilman ymmärtämystä toiseuden kokemisesta sekä oman etuoikeutetun aseman tiedostamista inhimillinen samaistuminen eli toisen asemaan asettuminen ei ole mahdollista. Toimittaja ja mediapersoona Jukka Lindströmin sanoin: “Jos on aina ollut etuoikeutettu, tasa-arvo tuntuu syrjinnältä.” (Lindström, 2016.)

2.1 Keskeisiä käsitteitä

Tässä alaluvussa käyn läpi lyhyesti tutkielmassani esiintyviä sanoja, käsitteitä ja ilmiöitä. Olen huomannut tutkielmaa tehdessäni, että monille hyvin englanninkielisille termeille ei ole hyvää ja toimivaa suomenkielistä vastinetta. Usein suomenkieliset termit ovat hieman kömpelöitä ja negatiivissävytteisiä, joten pyrin siksi käyttämään joitakin englanninkielestä alkunsa saaneita termejä, paremman puuttuessa. Siksi avaan seuraavaksi opinnäytteessäni esiintyvät käsitteet ja termit mahdollisimman selkeästi ja tiivistä.

VISUAALINEN KULTTUURI

Länsimainen kulttuuri on korostuneen visuaalinen verrattuna muita aisteja, kuten puhetta ja kuulemista korostaviin oraaliin kulttuureihin. Visuaalisuus on asioiden silmin havaittavia ominaisuuksia ja näkyvää todellisuutta, mutta myös mielikuvia, kielellisiä vertauskuvia ja kuvallisia fantasioita. Kulttuuri puolestaan on ihmisen toimintaa, jossa tiedostaen tai tiedostamatta rakennetaan ympäristöä ja luodaan siihen merkityksiä. Visuaalinen kulttuuri on siis näköaistiin nojaavaa merkitysten välittämistä ja tämän toiminnan silmin havaittavia tuotteita, kuten erilaisia julkisuuden kuvastoja, joilla luodaan ja ylläpidetään merkityksiä. (Seppänen, J. 2005.)

NORMI

Yhteiskunnassa määritelty standardi. Tämä tarkoittaa käytännössä sitä, että vaikka ihmisten toimintoja ohjailevat normit tuntuvat luontevilta, kukaan ei ole syntynyt ne jo valmiiksi tuntien. Normien pariin sosialistetaan, jotta ymmärrettäisiin paremmin maailmaa sekä toimittaisiin oikein

siinä kulttuurissa, mihin on synnytty. (Diangelo, R. 2016.)

IDENTITEETTI

Identiteetillä tarkoitetaan kaikkea sitä, millaiseksi ihminen käsittää itsensä. Tähän liittyy keskeisesti myös yksilön kokemus omasta arvostaan. Identiteetti kehittyy ja rakentuu läpi koko ihmisen elämän. (Hall, S. 1999.)

SUKUPUOLI-IDENTITEETTI

Sukupuoli-identiteetti on yksi merkittävä yksilön identiteetin osatekijä, joka kuitenkin usein ymmärretään hyvin kapeasti. Sukupuoli ei ole vain biologinen tai fyysinen ominaisuus, joka jakaa ihmiset miehiin ja naisiin. Sukupuoli-identiteetin kehittyminen oman kokemuksen kautta onkin tärkeämpää kuin ulkopuolelta tulevat määritelmät. (Saresma, T., Rossi, L-M. & Juvonen, T. 2010.)

REPRESENTAATIO

Sanalle representaatio ei löydy selkeää suomenkielistä vastinetta. Sanan alkuperä, englannin kielinen verbi *represent* kääntyy suomeksi kuvata, esittää, edustaa tai merkitä.

Identiteetti rakentuu itsen esittämisen ja kuvallisuuden kautta. Käytännössä se tarkoittaa sitä, että näkee ympärillään samaistuttavia esimerkkejä toimijuudesta. (Seppänen, J. 2005.) Käytännössä tämä tarkoittaa sitä, että representaatio toteutuu, kun yksilölle on tarjolla samaistuttavia toimijoita.

TOISEUS

Toiseus on esimerkiksi yhteiskuntatieteissä käytetty käsite, joka voidaan ymmärtää itsensä keskelle asettamisena ja samalla itseensä nähden erilaisten ryhmien pois sulkemisena. Toiseuteen kuuluu olennaisesti erojen etsiminen ja binaarinen suhde minun ja muun välillä. *Toinen* voidaan siis ymmärtää henkilönä tai ryhmänä joka on erilainen suhteessa omaan itseensä. Tähän toimiuntaa viittaa myös verbi *toiseuttaminen*. (Mountz, A. 2009)

INKLUUSIO

Ulossulkemisen (*ekskluusio*) vastakohta, sisällyttäminen. Inklusiivinen toimintaympäristö pyrkii esimerkiksi toimimaan siten, että se ei lähtökohdaisesti sulje ulos tai syrji mitään ihmisryhmiä.

ETNISYYS

Kansainvälisen väestölaskentasuosituksen mukaan etnisyys perustuu etnisen ryhmän omaan käsitykseen historiallisesta ja alueellisesta tai valtiollisesta alkuperästä. Muita etnisyyttä määrittäviä tekijöitä ovat esimerkiksi ryhmän oma käsitys tietyistä kulttuurisista piirteistä kuten kielestä ja uskonnosta sekä tavoista ja elämäntavasta. Etnisyys ilmenee samastumisena yhteen ihmisryhmään ja erottautumisena muista ryhmistä. Sen sijaan ihmisen biologinen perimä tai niin sanottu ”rotu” ei ole etnisyyden peruste vaan etnisyystiedon tulisi aina perustua henkilön omaan ilmoitukseen. (Nieminen, J. 2013.)

DIVERSITEETTI

Synonyymi moninaisuudelle tai monimuotoisuudelle.

P.O.C., PERSON OF COLOR

Termi on kömpelö ja epätäydellinen, eikä se käänny luontevasti suomen kielelle. Se on kuitenkin vähiten huono toistaiseksi käsillä olevista käsitteistä (kuten rodullistettu, ei-valkoinen, värillinen), joilla on taipumus vertautua rodulliseen normiin, valkoisuuteen. Siksi P.O.C. sana on juurtunut jo suomen puhekieleenkin, ja etenkin rodullistetut ihmiset ovat usein kokeneet sen eniten omakseen.

Tämän vuoksi itsekkin käytän termiä opinnäytteeni useampaan otteeseen, paremman puuttessa. (Ylitalo, S. 2019.)

(LIIKUNTA)VAMMAISUUS

Vammaisuus kuvaa fyysisen tai psyykkisen terveyden rajoitteita, joiden vuoksi henkilö ei pysty toimimaan täysipainoisesti fyysisessä tai sosiaalisessa ympäristössä. YK:n 13. joulukuuta 2006 hyväksymässä vammaisten henkilöiden oikeuksia koskevassa yleissopimuksessa vammaisuus määritellään seuraavalla tavalla: ”Vammaisiin henkilöihin kuuluvat ne, joilla on pitkäaikainen ruumiillinen, henkinen, älyllinen tai aisteihin liittyvä vamma, jonka vuorovaikutus erilaisten esteiden kanssa voi estää heidän täysimääräisen ja tehokkaan osallistumisensa yhteiskuntaan yhdenvertaisesti muiden kanssa.” (THL 2017.)

EI-BINÄÄRISYYS

Sukupuoli-identiteetti voi olla binäärinen tai ei-binäärinen. Ei-binäärinen on henkilö, jonka sukupuoli-identiteetti ei sovi kaksinapaiseen nainen–mies-jakoon. Hän voi olla esimerkiksi muunsukupuolinen, sukupuoleton tai intersukupuolinen. (SETA 2020.)

TRANSIHMINEN

Transihminen on yleiskäsite, jolla usein kuvataan kaikkia, joiden sukupuoli-identiteetti tai sukupuolen ilmaisu joskus tai aina eroaa odotuksista sille sukupuolelle, johon heidät syntymähetkellä on määritetty. Transihmisiin luetaan kuuluvan transvestiitit, muunsukupuoliset/transgenderit ja transsukupuoliset. Yksilö, joka kokee olevansa muuta kuin cis, ei välttämättä määritä itseään transihmiseksi. Aiemmin on käytetty käsitettä transseksuaali, joka on vanhentunut käsite ja se voidaan kokea loukkaavana. (SETA 2020.)

KEHOPOSITIIVISUUS

Suomenkielinen käännös sanasta “Body Positivity”, joka on sosiaalisen median myötä ihmisten tietoisuuteen noussut ilmiö. Ilmiö haastaa perinteistä median sanelemaa kehonmallin normia tuomalla julki kuvia totuudenmukaisesta kehonmallista ja moninaisista kehoista ilman kuvankäsittelyä. Kehoposiitivisuuden tavoite on poistaa lihavuuteen liittyvää stigmaa ja taata ei-toiseuttavan kohtelun myös normista poikkeaville kehoille.

VALKOINEN HAURAUUS

Valkoinen haavoittuvuus (englanniksi white fragility) kuvaa valkoisten ihmisten tunnereaktioiden kirjoa, minkä rasismista käytävä keskustelu ja vaikeiden tunteiden kohtaaminen aiheuttaa; loukkaantumista, kieltämistä, selittämistä, suuttumusta, yksinkertaistamista, syytelyä, väheksyntää, herkistymistä, syyllisyyttä ja niin edelleen.

Valkoisella haavoittuvuudella on absurdi taipumus asettaa jopa rasismista puhuttaessa valkoisuus aina uudelleen keskiöön. (DiAngelo, R. 2018.)

3. Kuvitus, stereotypiat ja representaatio

Tässä luvussa jatkan taustoitusta tutkimalla stereotypioita ja representaatiota kuvituksessa. Tutkin aihetta oman työskentelyni lisäksi yleisesti Suomessa sekä laajemmin länsimaaisessa, amerikkalaisessa ja eurooppalaisessa yhteiskunnassa. Asiaa voisi käsitellä laajemmaltikin, tutkien tarkemmin esimerkiksi jälkikolonialistista aikaa ja kolonialismin vaikutuksia visuaaliseen kulttuuriin, mutta rajatakseni tutkimustani, keskityn nyt lähinnä nykyaikaan ja sen ilmiöihin. Käyn läpi esimerkkejä yleisesti mainonnassa ja mediassa pitäen päähuomioni kuitenkin kuvituksessa.

Kuvitus voidaan nähdä vanhimpana visuaalisen viestinnän muotoilun keinona (Male, A. 2019.) Ensimmäiset kuvitukset voidaan jäljittää jopa 40 000 vuoden päähän paleoliittiseen aikaan. Kuvitus eroaa siinä mielessä esimerkiksi kuvataiteesta, että se on kontekstualisoitu, eli yleensä liitetty johonkin tekstiin. Pelkkä kuva ei ole kontekstissa, jonka perusteella se ei ole visuaalista viestintää, eikä näin ollen kuvitusta.

Seuraavassa pohdin siis ensisijaisesti kuvitusta, jonka vaikutuspiiriä laajennan kuitenkin niin, että tutkielmassani siihen lukeutuvat esimerkiksi animaatioelokuvat, mainokset, liikennemerkkit sekä elintarvikepakkaukset. Käyn läpi kuvitusta ja edellä mainittuja visuaalisen kulttuurin ilmentymiä eri representaatioiden kautta. Koska ihmistä voidaan representoida ja tuoda esiin moninaisesti ottaen huomioon erilaisia visuaalisia tekijöitä, olen jakanut luvun kolmeen eri alalukuun: etnisyys, sukupuoli ja kehollisuus. Seuraavissa alaluvuissa käyn siis läpi havainnollistavin kuvaesimerkein näitä eri kategorioita, ja miten ne on otettu huomioon, tai vastaavasti jätetty huomioimatta visuaalisen viestinnän laajalla kentällä.

3.1 Kuvitus ja etnisyys



KUVA 2

KUVA 1: Kultainen Aapinen
KUVA 2: Babarin Ilmamatka
KUVA 3: Benettonin mainos



KUVA 1



KUVA 3

Etnisyys kuvituksissa on ollut kautta aikain ongelmallinen asia. Kuvitusta on käytetty työkaluna lietsomaan rasismia, vahvistamaan stereotypioita sekä valkoisen ihmisen valta-asemaa aina kolonialistisista ajoista lähtien ainakin siihen asti, kun Euroopan siirtomaavalta Afrikassa alkoi purkautua 1900-luvun puolivälissä. Meidänkin kirjahyllystä löytyvässä 1950-luvun aapisessa on *N-sana* N- kirjaimen kohdalla ja I:n kohdalla sana *intiaani* stereotyyppisine kuvituksineen. Jopa lastenkirja Babarissa elefantit puhuvat *villeistä*, ja kuvituksetkin ovat sen mukaiset. Lapseni totesi noin kahden vuoden isässä kirjaa selaillessamme: ”isi”. Jos lapseni olisi ollut yhtään vanhempi, olisi hän ehkä tullut siihen johtopäätelmään, että hänen isänsäkin on villi, koska kirja vahvistaa tätä stereotypiaa. Sen sijaan, että keskitytään ihmisten eroavaisuuksiin onkin syytä pohtia ihmisiä yhdistäviä tekijöitä. Näin emme vahvista vähemmistöön kuuluvan ulkopuolisuuden tai toiseuden tunnetta.

Toinen ongelma etnisessä kuvituksessa on päähahmon tai sankarin tyypillinen, normatiivinen valkoisuus. Keskustellessani esimerkiksi Etiopiasta kotoisin olevan ystäväni kanssa on käynyt ilmi, että häntä häiritsee lastenkirjallisuudessa ruskeuden alleviivaaminen, ja se, kuinka ei-kantasuomalaisen näköisiä kuvataan aina kaikin tavoin erilaisina ja siksi erillisinä. Edelleen mediassa ja esimerkiksi elokuvateollisuudessa ovat vähemmistössä ne tarinat, joissa päähenkilönä tai sankarina olisi tummaihoisen ihminen. Samasta ilmiöstä puhuu Jani Toivola kirjassaan *Musta tulee isona valkoinen*.

Vaikka suomalaisessakin kuvituksessa on etenkin viimeaikoina näkynyt P.O.C.-henkilöitä, hyvin

harvoin päähenkilö on suomalainen, etniseen vähemmistöön kuuluva hahmo, saati että kaikki tarinan henkilöt olisivat ihonvärittään tummempia kuin kulttuurissamme määriteltä normi.

Sen sijaan kuvitukset usein tukevat stereotyyppioita ja lisäävät erilaisuuden vaikutelmaa ja samalla vahvistavat kokemusta toiseudesta. Tummahiipäinen nainen esitetään usein huivi päässä, ja yleensä hyvin konservatiiviseen asuun pukeutuneena. Huivi sinänsä ei ole ongelmallinen, sillä Suomessa on yli 150 000 islaminuskoista, ja heidänkin on hyvä tulla representoiduksi. Mutta millä tavoin? Miten etnisyyttä tulisi kuvata? Millä tavalla tuoda esiin kuvituksissa muitakin kuin esimerkiksi kuvittajan itsensä näköisiä ihmisiä? Muiden etnisyyksien kuvaamiseen liittyy myös ongelmallisuutta, ja joskus toteutus tuntuu päälleliimatulta tai kuvattavan kohteen eksotisoinnilta tai toiseuttamiselta, kuten Stuart Hall kirjassaan *Identiteetti* kritisoi esimerkiksi Benettonin ikonisia mainoksia. (Hall, S., 1999.) Voi olla, että tässä on yksi syy siihen, ettei yksittäinen valkoinen kuvittaja uskalla sisällyttää kuvituksiin muun, kuin itsensä näköisiä ihmisiä niin rohkeasti.

Esseessään *You can't just draw purple people and call it diversity* kuvittaja Meg Robichaud kirjoittaa valkoisesta etuoikeudesta ja eräänlaisesta harhasta tai vinoumasta joka liittyy omiin etuoikeuksiin, ja niiden käsittelemättömyyteen (Robichaud, M. 2018.). Usein valkoinen ihminen, joka ei halua aiheuttaa hankaluuksia, valitsee helpon reitin, eli esimerkiksi kuvittaja tekee tietoisin valinnan kuvittaa esineitä tai eläimiä toimijoina ihmisen sijaan. Tällöin hankala representaatioon liittyvä ongelma voidaan helposti

sivuuttaa. Robichaud rohkaiseekin esseessään vaihtamaan suunnittelu - ja kuvitustyön alkuvaiheessa pois niin kutsutut oletusasetukset.

Yksi ongelma on tietysti P.O.C.- kuvittajien puute: Kiia Beilisonin teettämän kyselytutkimuksen mukaan suomalainen visuaalisen viestinnän muotoilun alalla toimivien tekijöiden ryhmä on etnisyydeltään kapea: Valkoiseksi määritteli itsensä 95,5% ja P.O.C.:ksi 4,5%. Joskin valtaosa P.O.C.:ksi itsensä määrittelleistä määritteli itsensä myös termillä *white passing*, eli valkoisesta meneväksi, *kyllin valkoiseksi*. Rodullistetuksi voi Suomessa kokea tulevansa myös valkoihoiset, eri etnisyyksiä edustavien ihmisryhmien edustajat (kuten venäläiset, virolaiset, saamelaiset jne.). Heistä jotkut saattavat rodullistamisen kokemuksen vuoksi identifioitua P.O.C.:ksi, mutta saattavat juuri määritellä itsensä edellä mainituksi valkoisesta meneväksi.

Jos ongelmaa mietitään valkoisen kuvittajan näkökulmasta, oma positiointikin voi auttaa. Auttaa, jos ymmärtää oman etuoikeutensa ja valkoisuutensa, ja ennen kaikkea valkoisen haurautensa. (DiAngelo, R. 2018.). Valkoisesta hauraudesta reaktiona moninaisempaan representaatioon on olemassa lukuisia esimerkkejä: Kun selvisi, että Disneyn *Pieni Merenneito*-animaatioon pohjautuvassa näytellyssä uudelleenjulkaisussa Arielia esittää afroamerikkalainen laulaja Halle Bailey, jotkut purkivat internet-artikkeleiden kommentiosioissa pettymystään, sillä Ariel ei ole enää niin samaistuttava heidän lapsilleen kuin se oli heidän omassa lapsuudessaan. Kysymys kuuluu, olivatko vuoden 1984 animoitu Ariel tai valtaosa muistakaan Disney-prinsessoista samaistuttavia



KUVA 4

KUVAT 5-6



KUVA 4:
Halle Bailey ja 1984
Ariel

KUVAT 5-6: Vanha ja
uudistettu Brunbergin
suukkojen pakkaus

esimerkiksi afroamerikkalaisille lapsille? (Brianne, A. 2019.)

Kun kotimaiset Brunbergin suukot vaihtoivat ulkoasuun nyt maaliskuussa 2020, usea suomalainen tuntui haikailevan vanhan, stereotyyppisen ja rasisistisen kuvituksen perään, koska se oli heidän mielestään nostalginen. (Lehtonen, S. / Ilta-Sanomat 2020.). Puoliksi nigerialainen puolisoni taas on koko elämänsä kokenut Brunbergin suukot loukkaavina.

Stereotyyppisten kuvitusten käyttämiseen mainonnassa ja tarinan kerronnassa on ottanut kantaa myös Ruskeat Tytöt- media ja Koko Hubara. Toiseus 101 - kirjoituskokoelmassa esiintyvä Hubaran teksti *Tarinoiden Kertomisesta* puhuu yksipuolisesta tarinankerronnasta näin: "Toisen tarinan kertomisessa on merkityksellistä miten tarina kerrotaan. Millaisia stereotypioita vahvistetaan. Kun sama tarina kerrotaan yhdestä ryhmästä, vaikkapa nyt rodullistetuista naisista uudelleen ja uudelleen, siitä tulee ainoa tapa nähdä heitä" (Hubara, K. , 2016.) Mielestäni tämä lause kiteyttää hyvin myös kuvan kautta toisen tarinan kertomisen: Toistuvat, stereotyyppiset tavat kuvata marginalisoituja ihmisiä ovat

haitallisia.

Toistuva kuvasto on siis keskeisin ongelma, ei välttämättä yksittäinen kuva tai tarina. Jasmina Amzilin Ruskeille Tytöille kirjoittamassa artikkelissa *Mainos, mainos, kuvastin* Amzil kirjoittaa: "Mainosten arvostelu on turhaa silloin jos katsotaan pientä, yksittäistä kuvaa. Mutta jos katsotaan isoa kuvaa, eli mainosten kaanonia esimerkiksi historian ja mainonnan tutkimuksen linssin läpi, huomataankin, että kaikenlaiset myynti- ja brändikuvastot ovat olennaisia merkitysten ja todellisuuden tuottamiselle, aivan kuten kieli ja kuvat ylipäättään." (Amzil, J. 2018.) Toisaalta itse näen asian niin, että pienistä puroista kasvaa suuri joki, tässäkin asiassa. Kun valkoisina kuvittajina tiedostamme ongelman, uskon että kuva kavalta voimme vaikuttaa niin kutsuttuun isoon kuvaan sekä visuaalisen kulttuurin kuvastoon.

3.2 Kuvitus ja sukupuoli

Aloitan sukupuolen ja kuvituksen tutkielmani naiskuvakritiikistä. Feministinen representaatiotutkimus pohjaa 1970-luvun naiskuvatutkimukseen, jossa kritisoitiin valtavirran naiskuvia (mainoksia, elokuvia, televisiosarjoja ja naistenlehtiä) niiden kapeudesta ja stereotyyppisyydestä (Saresma, Rossi, Juvonen, 2010.). Näiden kuvastojen nähtiin ylläpitävän naisia väheksyvää ja alistavaa sukupuoli-ideologiaa. Tilalle vaadittiin monipuolisempia roolihahmoja ja roolimalleja. Tilanne on kenties hieman parantunut sitten 70-luvun ja keskityn tutkimussani ennen kaikkea siihen, millä eri tavoin nainen kuvataan tällä hetkellä, sekä millä tavoin kuvittajat voisivat huomioida työssään sen, että nainen ja mies olisivat

tasa-arvoisella tavalla kuvattuna. Palaan aiemmassa alaluvussa mainitsemaani Meg Robichaudin esseeseen (Robichaud, M. 2018.), jossa hän käsittelee myös naisen ja miehen rooleja kuvituksissa. On tärkeää painaa merkille, kuka osoittaa valkoista tau-lua, eli on johtavassa asemassa esimerkiksi kuvitetussa palaveritilanteessa. Robichaud

listasi muutaman kuvittajan sudenkuopan, kuvitustehtävänannossa esiintyvän tilanteen, jossa on helppo kompastua perinteisiin sukupuolirooleihin:

- Hahmo selittää toiselle jotain
 - Hahmo antaa toiselle jotain
 - Hahmo johtaa muita hahmoja
 - Keskustelu hahmojen välillä (kuka nojaa kohti?)
 - Hahmo katsoo kohti kuvan katselijaa tai hahmo katsoo pois päin kuvan tarkkailijasta
- Näihin esimerkkeihin sain itsekin tutustua rakentaessani sukupuolten välistä tasa-arvoa koskevaan verkkokoulutukseen kuvituksia yhdessä HAUS Oy:n, THL:n sekä STM:n asiantuntijatiimin kanssa. Sain kehotuksen pohtia, kuka on esimerkiksi kuvassa niin sanotusti äänessä, sekä kiinnittää huomiota hahmojen binäärisyyteen ja riisua sen minimiin. Lopulta hahmojen ja kuvien rakentaminen ei ollut niin haastavaa, ja lopputulokseen oltiin tyytyväisiä. Koin kuvituksia varten tekemäni ajatusprosessin hyvin opettavaiseksi kokemukseksi. Huomasin, kuinka vahvasti kulttuuriset normit olivat juurtuneet omaankin ajatteluuni ja toisaalta, kuinka helppo ne oli lopulta rikkoa.

Sukupuolisensitiivisyys on tällä hetkellä yleinen keskustelunaihe, ja sukupuolineutraaliin kuvitukseen Suomessa yhdistetään tällä hetkellä ensimmäisten joukossa keskustelu, jota käydään uudistetuista, sukupuolineutraaleista liikennemerkkeistä. Liikennemerkkeissä ei ole kuitenkaan niinkään kyse sukupuolineutraaliudesta, vaan merkit uudistetaan selkeyden vuoksi. (Kivimäki, P., YLE, 2019.)



KUVA 7:
Kuvituksen tasa-arvokoulutukseen /
HAUS Oy



KUVA 8:
Uudistettuja liikennemerkkejä

Sukupuolisensitiivisyyskeskustelussa kovinta ääntä tuntuvat pitävän cis-sukupuoliset heterot. Kuitenkin tämänkin keskustelun keskiössä kuuluisi olla ei-binääriset, trans-, muunsukupuoliset ja intersukupuoliset ihmiset ja se, miten he toivovat tulevansa kuvatuksi. Samalla tavoin kuin identiteetti on jokaisen itse mää-

riteltävissä, tulisi representaatioita luodessa kuunnella ihmistä, tai ihmisryhmää jota asia käsittelee.

Jotta kuvitus olisi todella inklusiivista, tulisi siinä välttää perinteisiä kaksinapaista sukupuolijakoa. Kirjassaan *Sukupuolen sotkijat*, Harri Kalha muistuttaa että 1900-luvun alkupuoliskolla esimerkiksi lapsilla ei ollut niin vahvaa sukupuolijakaumaa kuin nyt: 1900-luvulla pojilla oli vielä usein pitkät hiukset ja 1920-1930-luvuilla pojat ja tytöt esimerkiksi käyttivät keskenään samanlaisia vaatteita, esimerkiksi pikkutakkeja ja shortseja. Mitä luultavammin kulutustuotteet, lelut, mainonta ja kulutuskulttuuri itsessään myöhemmin muo-vasivat sukupuoliroolit nykyiselleen. (Nuoriso-tutkimusseura, 2019.)

Positiivinen esimerkki hyvintehdystä, inklusiivisesta kuvituksesta löytyy Helsingin Sanomista, Raisa Mattilan artikkelista *Hiljaisen Sängyn Ahdistus*, jonka kuvituskuvan teki Aiju Salminen. Salminen sai kiitosta erityisesti Sukupuolivähemmistöjen asiaa ajavan Tra-sek-yhdistyksen puheenjohtaja Panda Erikssonilta. Kuvituksen isän näkyvän transtaustan ja masektomia-arprien lisäksi Eriksson iloitsi äidin maitoa vuotavasta rinnasta ja vatsamak-karoista. (Hurme, V., Hietamäki, H. Kuvittaj-lehti, 2018.)



KUVA 9:
Kuvitus HS:n artikkeliin / Aiju Salminen

12

KUVA 11:
Kalevala
Kesyttämätön -
mainos

KUVA 10:
Megan Crabben eli (@bodyposipandan instafeed)

Olen itse maalannut akvarelleilla joogaavia, normaalivartalaisia naishahmoja ja teetättänyt töistä printtejä. Yleensä etenkin länsimaalaisissa joogakuvastoissa hoikat, valkoiset naiset ovat normi. Siksi esimerkiksi maalaamani afrotukkainen nainen, erikoisine rintoineen ja pehmeine ääriviivoineen on saanut hyvän ja positiivisen vastaanoton. Monet kokevat valtavirrasta poikkeavan kuvaston ilahduttavana ja vapauttavana.





KUVA 13:
"Pidgeon Pose"
Oma akvarelliteokseni
vuodelta 2018

KUVA 12:
Kaisa Lekan sarjakuva,
julkaistu Lekan
Facebook-sivulla

Kehollisuuteen liittyy myös vammaisuus ja liikuntarajoitteisuus. Vammaisuutta ja liikuntarajoitteisuutta tuo esiin kotimaisen visuaalisen viestinnän muotoilun kentällä ainakin yksi tekijä, johon vammaisuutta käsittelevien kuvien tekeminen vahvasti henkilöityy: sarjakuvataiteilija ja graafinen suunnittelija Kaisa Leka. Leka on pohtinut työssään sanoja, mitä vammaisuudesta käyttäisi. Itsellenikin sana *vammainen* aiheuttaa ikävän mielleyhtymän. Vammaisuus ja etenkin vammaiset hahmot aktiivisina toimijoina loistavat visuaalisen viestinnän kulttuurissa poissaolollaan, Kaisa Lekan töitä ja muita ilahduttavia poikkeuksia lukuunottamatta. Vammainen ihminen

nähdään usein toiminnan ja auttamisen kohteena, ei itse toimijana. (Paatero, S. Maailman Kuvalehti, 2019.) Myös tähän asiaan voidaan visuaalisen kulttuurin kuvastolla ja kuvituksella vaikuttaa esimerkiksi rakentamalla narratiiveja, joissa vammainen hahmo nähdään aktiivisena toimijana, ehkä jopa tarinan päähenkilönä.



4. Produktiot

Tässä luvussa käyn läpi kahta produktiotani, jotka liittyvät kandidaatin opinnäytteeseeni. Tein tietoisien päätöksen esitellä kerralla kaksi produktiota, sillä olen huomannut, että aikuisille ja lapsille kohdennetut kuvitukset liikkuvat hieman eri maailmoissa ja käsittelevät hieman eri aihealueita. Huomasin pian opinnäytetyötäni rakentaessani, etten voi esitellä koko representaation kirjoja pelkän lastenkirjallisuuden keinoin. Kerron ensimmäisessä alaluvussa lastenkirjaproduktiostani, ja siirryn seuraavassa alaluvussa käsittelemään aikuisille suunnattua kuvituskokonaisuutta. Käyn läpi produktioiden työvaiheiden ja läpikäytyjen ajatusprosessejen lisäksi sitä, millä tavoin pyrin produktioissani huomioidaan aiheeseeni liittyvät eri representaatiot: etnisyyden, sukupuolen sekä kehollisuuden.

4.1. *Pikkuisen Pihan*
Porukka - lasten kuvakirja



Pikkuisen Pihan Porukka -kirjan idea lähti liikkeelle niistä lukuisista lastenkirjoista, joita olen omille lapsilleni lukenut. Olen huomannut lasteni etsivän kirjoista samaistumispintaa. Tämän huomion on tehnyt moni muukin, etenkin vanhemmat, joiden lapset kuuluvat jollain tavalla vähemmistöön. Toisaalta moni vanhempi tuntuisi haluavan näyttää lapsilleen, että on olemassa ihmisiä, aikuisia ja lapsia, jotka näyttävät erilaisilta, tai muuten vain elävät erilaista elämää kuin he.

Joskus kysyin myös Facebookissa ystäväiltäni ajatuksia siitä, mitä lastenkirjoista puuttuu, ja mitä olisi hyvä käsitellä lisää. Sain vastauksen eräältä ystävältäni: vammaisuus. Tästä olen samaa mieltä, ja mieleeni onkin jäänyt useammankin vammaisen ihmisen kertomus siitä, kuinka lapsia kohdatessaan, lapsen vanhemmalla on yleensä ollut vaikeuksia reagoida luontevasti lapsen kysymyksiin. Jos erilaisista ihmisistä kertovia narratiiveja olisi enemmän tarjolla lastenkirjojen muodossa, eivät erilaisuuden kohtaamistilanteet kenties olisi lapselle tai vanhemmallekaan niin haastavia. Kuva-kirjan äärellä voi pysähtyä katsomaan kuvia ja keskustelemaan tärkeistä aiheista turvallisesti

oman vanhemman kanssa.

Päätin siis tehdä kirjan erilaisuudesta: inklusiivisen lastenkirjan, omana henkilökohteisena projektina. Kirja on tällä hetkellä vain PDF-muodossa oleva kirjan konsepti, eli en ole vielä painattanut sitä fyysiseen muotoon. Se on hyvässä vaiheessa, joskaan ei vielä täysin valmis. Olen käynyt neuvotteluja kustantamon kanssa sen julkaisemisesta, mutta ennen kustannussopimuksen solmimista olemme kustantamon edustajan kanssa sopineet, että työstän kirjaa vielä eteenpäin omin voimin. Seuraavaksi kerron kirjan tähänastisista työvaiheista sekä tekemistäni visuaalisista ratkaisuista kuvineen.

4.1.1 Moodboard



8

Sinä iltana äiti teki piirakkaa viimeisistä omenoista. Kukaan ei puhunut mitään ja se oli kummallista. Kyllä tonttuperheessä tavallisesti ääntä

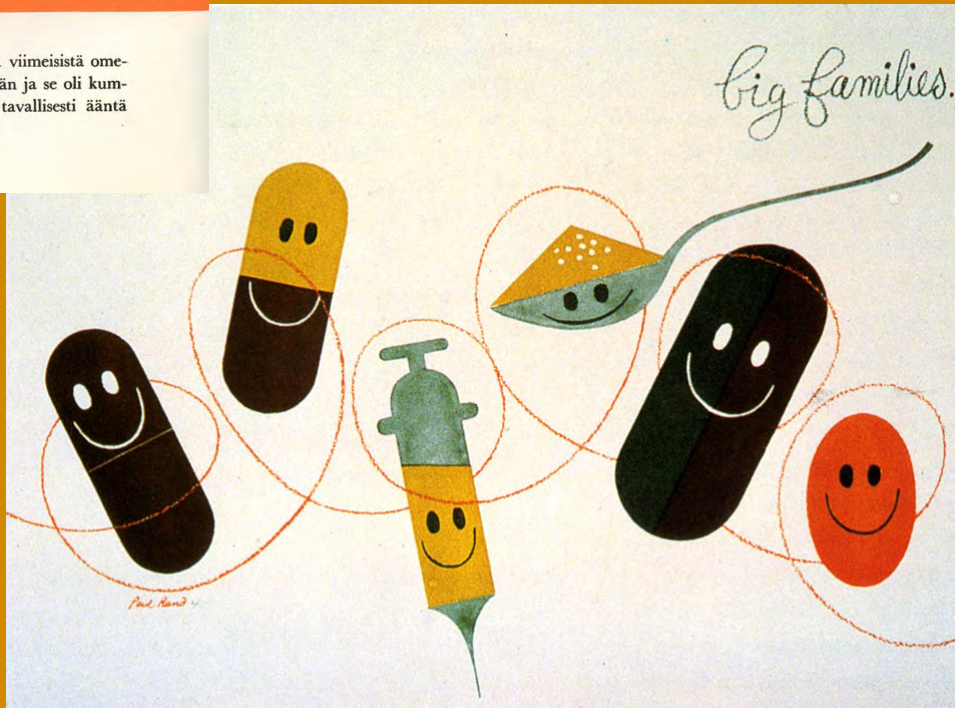


KUVA 15:
Olle Eksellin teoksia

Olen innostunut 1950-1970-luvun postmodernin ajan lastenkirjojen estetiikasta. Esimerkiksi Olle Eksellin, Oili Tannisen ja Paul Randin tekemien kuvitusten selkeät muodot ja värit ilahduttavat minua. Samaa estetiikkaa on nähtävissä mielestäni esim. nyky-aikana Sanna Manderin tai Christian Robinsonin kuvituksissa. Tässä tyyliä minua vetoaa yksinkertaisuuden ja hyväntuulisuuden lisäksi eräänlainen sukupuolisensitiivisyys: kuvitustyyli ei samalla tavoin alleviivaa sukupuolta kuten nykyään. Tyttöhahmoilla ei esimerkiksi ole yhtään sen enempää silmäripsiä kuin pojillakaan.

Olin jo alussa päättänyt, että tulen käyttämään sekä käsin tehtyä ja skannattua että digitaalista jälkeä kuvituksissa. Näin yhdistän orgaanisen ja tekstuurisemman tuntuksen pinnan sekä digipiirtämisen helppouden. Tekstien osalta olen pitkään ollut viehättyynyt lukiessa rytmikkansa vuoksi runomuotoon, ja olin utelias kokeilemaan hyvin sointuvien tekstien rakentamista itsekin. Hyväntuulisiin kuvituksiin sopivatkin mielestäni parhaiten kevyet, huumorilla maustetut lorutekstit. Kirjassani ei ole varsinaista ajallista tarinankaarta, vaan se keskittyy lähinnä hahmojen esittelyyn lorujen ja kuvien kautta.

KUVA 17:
Paul Rand



Paul Rand

4.1.2 Hahmot ja miljöö muovautuvat

KUVAT 18-23:

*Omia luonnoksiani kirjaan
Pikkuisen Pihan Porukka*



Ensimmäiset kirjaa varten tekemäni luonnokset ovat hahmoluonnoksia ja aika pian ryhdyinkin rakentamaan käsikirjoitusta hahmoille. Ne kuitenkin muuttuivat vähän matkan varrella, ja nyt katsoessani luonnoksia, olen sitä mieltä, että joitakin hyviä hahmoja voisi vielä lisätä kokonaisuuteen. Valitsin hyvin riisutun ja yksinkertaisen tavan piirtää hahmoja, joka mielestäni tuki taas samankaltaisuuden ja ykseyden ajatusta. Kirjan sanoma on kuitenkin lopulta se, että erilaisuuksista huolimatta olemme silti ihmisiä, ja siinä mielessä samanlaisia keskenämme.

Rakensin hahmojen kasvot käsinmaalatuista/-piirretyistä, leikatuista ja skannatuista ympyröistä, joille lähdin piirtämään kasvoja, hiuksia ja hieman ympäristöäkin. Loput kuvasta piirsinkin siis iPadillä, Apple Pencilillä ja Procreate - ohjelmalla.

Ympäristössä inspiroiduin Astrid Lindgrenin kirjoista ihanine puutalokuvituksineen, ja kuvittelin tapahtumaympäristön esimerkiksi vanhaan asuinpaikkaani Puu-Vallilaan tai vastaavaan, mielestäni kotoisaan ympäristöön. Samalla ajattelin, että kirja on ehkä samaistuttavampi myös maaseudulla tai pienemmissä kaupungeissa asuville.

Miljöön piirtämiseen käytin lopulta melko paljon aikaa, ja siitä tuli hieman yksityiskohtaisempi kuin itse hahmoista. Miljöötä esittelen kirjassani vain sisäkansissa, alkuun päivänäkymällä ja loppuun hämärällä yönäkymällä. Näin kirjan kansien sisälle mahtuu eräällä tapaa kokonainen päivä. Kuvissa on myös pikku yksityiskohtana "Löydä x eroavaisuutta" - tapainen pikku tehtävä.

4.1.3 Tekstin ja kuvan välinen vuoropuhelu sekä representaation toteutuminen



KUVAT 24-30:
Lopullisia kuvituksia kirjaan
Pikkuisen Pihan Porukka



Tekstit muovautuivat kuvien kanssa kytköksissä aika lailla yhtäaikaisesti. Lopulliset tekstit valmistuivat kuitenkin suurelta osin vasta valmiiden kuvien jälkeen. Tarinankerronnan avulla pyrin paikkaamaan seikkoja, jotka eivät ole vielä niin ilmeisiä pelkän kuvan kautta. Teksti siis asettaa kuvan kontekstiinsa.

Toisaalta, joissakin kohdin myös kuva laittaa tekstin uuteen kontekstiin juurikin hahmojen ulkoisten tekijöiden vuoksi. Ilman kuvaa esimerkiksi vauhdikas Martta voitaisiin ajatella helposti kantasuomalaisen näköiseksi, vaikkapa vaaleaihoiseksi, vaalea-, puna- tai ruskeatukkaiseksi tytöksi, mutta kuvituksesta käykin ilmi että Martalla on

tumma iho ja kihara tukka: Tätä seikkaa teksti ei kuitenkaan alleviivaa vaan Martta-hahmo normalisoi sen, että suomalainen henkilö, jolla on suomalainen nimi, voi näyttää myös tältä.

Ilman tekstiä voisi luulla että Tuukka on tyttö pitkine hiuksineen, kruunu päässään ja mekko päällään. Tekstistä käy ilmi kuitenkin pojan nimi, joka taas antaa vihjeen syntymässä määritellystä sukupuolesta. Siinä missä Martta normalisoi tumman ihonvärin suomalaislapsella, Tuukka normalisoi lapsen samaistumisen eri sukupuoleen, kuin on syntymässä annettu, tai vaihtoehtoisesti sen, että Tuukka samaistuu syntymässä annettuun sukupuoleen, mutta ei asetu pojille annettuun kapeaan muottiin, johon ei kuulu hameet. Kummalla tavalla lukija sitten kirjaa tulkitseekaan, teksti antaa ymmärtää, että hameet ja mekot lapsella, jolla on pojan nimi, ovat hyväksyttäviä.

Vammaisuutta pyrin normalisoimaan Topi-hahmolla, joka on hyväntuulinen lapsi, jonka menoa pyörätuoli ei haittaa. Hän on siis keppihevosiineen aktiivinen toimija, siinä missä muutkin pihat lapset. Vaikka Tonin hahmo voisi olla se tyypillinen kiusaaja ja pahis, isosta ja vahvasta ulkomuodosta huolimatta hänen suurin vahvuutensa on kiltteys. Lisäksi käyn läpi erilaisuutta esimerkiksi kielitaidottoman, mutta älykkään Samir-hahmon, sekä omaan mielikuvitusmaailmaan vaipuvan Riston kautta. Kaikki kirjassa ovat yhdenvertaisia: Kukaan ei ole sankari, luuseri eikä pahis. Kirjan opetus on se, että erilaisuudesta huolimatta kaikki ovat yhtä arvokkaita.

4.2 Motherlover -
kuvitukset vanhemmille
suunnattuun
korttipakkaan





KUVAT 32-33
For Women In Business
-kortit



KUVA 34
Oma kuvitukseni, josta lähdettiin
hakemaan kuvitustyyliä kortteihin



Samaan aikaan kun aloin rakentamaan tätä opin-
näytetyötä, sain yhteydenoton Nina Ruotsa-
laiselta. Hänen tavoitteenaan oli julkaista affir-
maatiokorttipakka tuoreille vanhemmille. Nina
pyysi minua lähtemään mukaan prosessiin suun-
nittelemaan korttien ja paketin ulkoasun, sekä
tekemään yhteensä 32 kuvituksen kokonaisuuden
kortteihin, joiden tekstit tulisivat olemaan hänen
käsialaansa.

Inspiraationa korttipakkaan olivat erilaiset ta-
rot-korttipakat, sekä syksyllä 2019 ilmestyneet
Karita Sainion *For Women in Business* -kortit,
jotka tarjoavat inspiraatiota ja motivaatiota nai-
syrittäjille. Tekstien ja kuvien äärelle on tarkoitus
pysähtyä. Ajatus on se, että voit vaikka päivittäin
nostaa korteista yhden tai pari korttia, tuomaan
iloa henkistä jaksamista koettelevaan vauva-ar-
keen.

Minua ilahdutti heti projektin alkumetreiltä
lähtien se, että Nina halusi tuoda korteissa esiin
vanhemmuuden moninaisuutta. Hän halusi että
kuvitukset tulisivat olemaan inklusiiviset, ja että
ne huomioisivat erilaiset perheet sekä erilaiset ja
eri näköiset ihmiset mahdollisimman hyvin.

Erona esimerkiksi pastellinvärisiin, selkeästi
cis-naisille suunnattuihin *For Women in Business*
-kortteihin haluttiin hakea siis vähemmän femi-
niinistä ja siloiteltua ulkoasua. Ajattelimme mo-
lemmat, että jokainen kuva on kuitenkin enem-
män kuin kuvituskuva, enemmän yksittäinen
taideteos, jonka käyttäjä voi halutessaan laittaa
vaikka seinälle. Halusimme myös että rasia olisi
esineenä kaunis, ja käyttäjälle merkityksellinen,
sekä tietysti samalla esine, jonka pariin voi palata
vauvavuoden jälkeenkin.

For Women In Business -korttien ohella myös
meidän korttimme tulisivat olemaan englannin-
kieliset, jotta voimme paremmin tähdätä myös
kansainvälisille markkinoille. Vastaavia kortteja ei
ole tullut vastaan kun olemme asiaa tutkineet.

4.2.1 Äitimyötyti

KUVA 35:
Mary Engelbreitin
kuvitus



KUVA 36:
Gustav Klimtin
Äiti ja Lapsi



KUVA 37:
Ensimmäisiä
kuvituksia
Motherlover-
kortteihin



hetken feministinen käsitys äitiydestä vastasi aika lailla omaani: ”Äidit ovat naisia, joilla on lapsesta riippumattomia tarpeita aikuisten seuraan, omaan seksuaalisuuteen, ammatiin, työhön” (Saresma, Rossi, Juvonen, 2010.) Toisaalta taas, äitimisen ja hoivaamisen liittyminen vain yhteen sukupuoleen kyseenalaistetaan: Eeva Jokisen *Väsänyt Äiti* -teoksessa mainittu termi *kyllin hyvä äitimin* ei toimintana ole sidoksissa sukupuoleen sen kummemmin kuin seksuaaliseen suuntautumiseenkaan, eikä se ole mahdollista vain tietynlaisessa heteroydinperheessä, kuten niin pitkään on ajateltu. (Saresma, Rossi, Juvonen, 2010.)

Äititeorioista huolimatta äidin muotti on kuitenkin yleisesti yhteiskunnassamme edelleen aika kapea. Oletus on edelleen se, että äiti on se, joka jää lapsen kanssa kotiin, ja useimmiten näin käykin: kotihoidon tukea käytetään 89 prosentissa perheistä vanhempainvapaan jälkeen ainakin jonkin aikaa. Lasta hoitaa melkein aina oma vanhempi, joka lähes poikkeuksetta (97 %) on äiti. (THL 2020.) Äitiyteen liittyy myös paljon ulkopuolelta tulevaa arvostelua, joka vaikuttaa paljon äitien jaksamiseen sekä mielenterveyteen. Korttien tekstit pyrkivät auttamaan vanhempia vapautumaan ympäristön sekä kenties heidän itsensä asettamista odotuksista vanhemmuutta kohtaan. Kuvituksissa pyrin vaalimaan samaistuttavaa, inhimillistä epätäydellisyyttä, ja tuomaan sitä esille pienillä yksityiskohdilla, kuten väreillä ja kynänjäljellä.

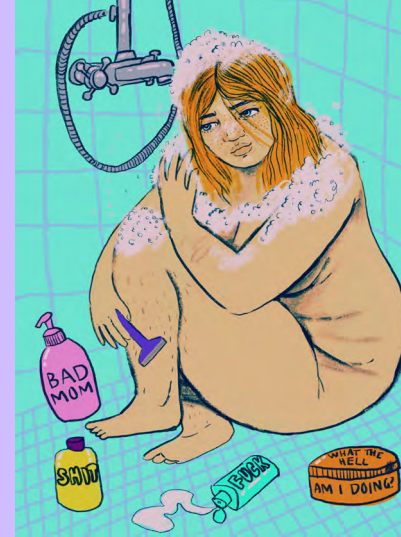
Aloitin oman työskentelyni korttien kuvittajana pohdiskelemalla äitiyttä ja sukupuolta. Vaikka osa korteista käsittelee esimerkiksi raskausaikaa ja synnytystä, olimme kirjoittajan kanssa samaa mieltä siitä, ettemme halunneet jättää ulkopuolelle niitä vanhempia, jotka eivät ole olleet synnyttäviä osapuolia. Toisaalta myös tiedostimme, että kaikki synnyttäneet vanhemmat eivät identifioi itseään äidiksi tai naiseksi.

Jotta pystyisin kuvien kautta kertomaan mahdollisimman monipuolista tarinaa äitiydestä ja vanhemmuudesta, luin esimerkiksi ei-binäärisistä, synnyttäneistä vanhemmista, äidistä, jolla jalkaproteesi, sekä eri feminismien aaltojen vaikuttajien ajatuksista äitiyteen liittyen. Aiempien aaltojen ajattelijoiden käsittellessä äitiyttä vähemmän myönteisesti, tämän

4.2.2 Kuvitusten rakentuminen tekstien ja inklusiivisuuden pohjalta



KUVAT 38-42
Motherlover -kuvituksia



Korttipakan tekstit ovat enimmäkseen rentoa puhekieltä. Tätä tekstuuria pyrin tuomaan esiin myös kuvituksissa, joissa käytin esimerkiksi iPadin Procreate- ohjelmalla piirtäessäni puuväriky-nämäistä brushia. En kansia lukuunottamatta käyttänyt mitään tiettyä värikarttaa kuvituksiin, jotta niistä tulisi mahdollisimman monenkirjavia, ja jokainen kortti näyttäisi täysin omanlaiseltaan, välittäen tiettyä tunnelmaa. Tämä oli tarkoituksenomaista, sillä toisin kuin kuvakirjoja, kortteja ei tarkastella yhtenäisenä kokonaisuutena vaan yksi kerrallaan.

Kuvien hahmoihin hain tukea paljon tätä kandin opinnäytetyötä varten tehdyssä tutkielmassani, mutta toisaalta heijastelen myös loppurefleksiossa korttipakan tekoprosessin aikana tekemiäni havaintoja. Kandin opinnäytteen sekä tämän produktion tekoprosessit olivat siis jatkuvaa vuoropuhelua.

Pyrin piirtämään eri etnisyyksiä edustavia,

sekä ei-binäärisiä hahmoja, tatuoituja, lihavia ja vammaisia kehoja, sekä sateenkaariperheitä. Piirsin myös ihokarvoja, vatsamakkaroitu, sektioarpia, selluliittia ja rumia tatuointeja.

E erityisesti ajatteluuni vaikutti Mahadura & Özberkanin *Moninainen vanhemmuus*- jakso, jossa vieraana oli muun muassa silloinen kansanedustaja Jani Toivola. Hän puhuu, niin haastattelussaan, kuin omissa kirjoissaan, siitä, kuinka ajatteli aiemmin, että ”vanhemmuus ja homous eivät kuulu samaan kuvaan”, kunnes oli kohdannut elävässä elämässä homopariskunnan, joilla oli adoptiolapsi. Tuolloin hän oli ymmärtänyt, että ”Tuossa se kuva nyt on”. Tällaisia ajatuksia toivoisin tekemiäni kuvitusten herättävän, niin tässä projektissa, kuin tulevaisakin.



4.2.2 Ulkoasu



KUVAT 43-48:
Ulkoasuluonnoksia



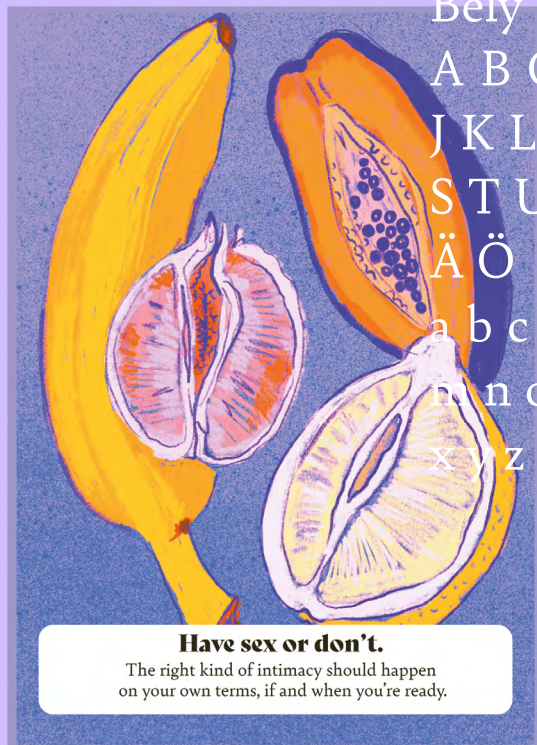
Bely Display

A B C D E F G H
I J K L M N O P
Q R S T U V W X
Y Z Å Ä Ö
a b c d e f g h i j k
l m n o p q r s t u
v w x y z å ä ö

Kuvitusten ohella halusimme myös ulkoasulla viestittää sitä, että kortit on tarkoitettu kaikenlaisille vanhemmille. Halusimme välttää naissukupuolen alleviivaamista. Tämä osoittautui hieman haastavaksi, sillä kortit käsittelevät esimerkiksi raskausaikaa ja synnytystä.

Päädyimme lopulta nimeen *Motherlover* -kirjoitusasulla, jossa O-kirjain on korvattu transgender-symbolilla. Näin ajattelimme, että jo kirjoitusasu ja kansi viestivät inklusiivisuudesta. Sana *motherlover* juontaa sanasta *motherfucker*, joka pyritään ottamaan uudelleen haltuun nimityksen myötä. Varsinaisen nimen yhteyteen lisättiin lause *for mothers, others & lovers*, jotta jokainen voi valita nimityksistä omansa. Kanteen valikoitui vahva naishahmo, jolla on alavatsalla sektioarpi. Useammat kohderyhmään kuuluvat ystävämme olivat kommentoineet juuri tätä kuvaa erityisen voimaannuttavaksi, sillä sektioarpi on perinteisesti nähty häpeällisenä, piiloteltavana asiana.

Väreiksi valitsimme violetin ja oranssin, koska koimme että ne raikkaudellaan kuvastivat pakkausten sisältöä, mutta samalla olivat kuitenkin suhteellisen sukupuolineutraalit. Koska itse kortit ja kansi sekä pakkaus ovat niin värikkäät, korttien teksteissä päädyin mustaan tekstiin valkoisella pohjalla. Valitsin fonteiksi modernit, mutta tyylikkäät Adoben Bely-fontit (regular/display), jotka toivat sopivaa kontrastia rouheisiin ja rentoihin kuvituksiin.



Bely Regular

A B C D E F G H I
J K L M N O P Q R
S T U V W X Y Z Å
Ä Ö
a b c d e f g h i j k l
m n o p q r s t u v w
x y z å ä ö

Have sex or don't.

The right kind of intimacy should happen on your own terms, if and when you're ready.

KUVAT 49-51:

Korttipakan etukansi ja takakansi

Kortin kääntöpuoli sekä kortti teksteineen

5. Tulokset & loppurefleksio

Opinnäytetyössä tavoitteenani oli pohtia kuvittajan keinoja vaikuttaa visuaalisen viestinnän ihmiskuvaan: millä tavoin voimme luoda inklusiivisempia kuvastoja? Miten välttää haitallisia stereotypioita?

Tein työni alkuvaiheessa valinnan tutkia aihetta kahden eri produktion avulla. Ilman kahta hyvin erilaista produktiota en olisi voinut käydä läpi käytännössä opinnäytteeseeni liittyviä haasteita yhtä kattavasti, joten olen tyytyväinen ratkaisuuni.

Aiheen tutkiminen on ollut minulle hyvin merkityksellistä, koska se kuvastaa aikaa, jota elämme tällä hetkellä. Representaatio ja inklusiivisuus puhututtavat, niin mediassa, työpaikoilla kuin kouluissa – ja hyvä niin. Tutkimustyöni kautta minulle on jäänyt sellainen vaikutelma, että Suomessa tulemme hieman jäljessä, mitä inklusiivisemmän kuvituksen esilletuomiseen tulee. Esimerkiksi Yhdysvalloissa on useammallekin verkkosivustolle koottu erilaisia, inklusiivisia lastenkirjoja. Sarjakuvapuolella Suomessakin on kunnostauduttu monimuotoisuuden ja inklusiivisuuden puolella kenties kuvitusta paremmin: Esimerkiksi FemiComix Finland tekee loistavaa työtä lisätäkseen monimuotoisuutta ihmiskuvaan visuaalisen viestinnän kentällä.

Molemmat produktiotyöt ovat vielä tuotantovaiheessa. On helppo kuitenkin nähdä mihin suuntaan produktiot tulevat etenemään. Korttipakka lähtee pian painoon ja lastenkirjan tulevaisuus selviää ensi syksynä. Tutkimuksen suhteen voisin varmasti sukeltaa vielä syvemmälle: voisin lähteä tutkimaan sosiaalipsykologian oppeja identiteetistä ja representaatiosta sekä esimerkiksi tutustua valkoisen haurauden, rasismiin ja

kulttuurisen omimisen ilmiöihin vielä syvemmin. Voisin myös laajentaa aihetta visuaalisen viestinnän muotoilun eri osa-alueisiin (esimerkiksi typografia, värit) kuvituksen lisäksi.

Tutkimuksen ja produktion tekemisen yhteisvaikutuksena löysin lopulta useita vastauksia tutkimuskysymykseeni. On tärkeää, että alkuun tiedostetaan ongelma: monimuotoisen ihmiskuvan puute ja yksipuolinen tarinankerronta visuaalisessa viestinnässä. Yhteiskunnan määrittelemät normit vaikuttavat työhömmme kuvittajina ja visuaalisina viestijöinä, ja tästä on hyvä tulla itse tietoiseksi. Kuvitukset ovat tärkeä osa visuaalisen viestinnän muotoilua, ja siksi myös merkittävässä asemassa monimuotoisemman kuvaston muodostumisessa. Mikäli kuvittajat itse eivät näe ongelmaa, he todennäköisesti jatkavat yksipuolisen ihmiskuvan ja stereotyyppisten narratiivien ylläpitämistä. Ymmärtämällä vähemmistöjen kokemuksia representaation puutteesta voi myös tavoittaa asian tärkeyden isommassa mittakaavassa.

Pyrkimykseni tämän tutkimuksen kautta on ollut selvittää itselleni, miten välttää haitallisten stereotyyppien ja normien ylläpitämisen kuvituksessa. Voin tiivistää tutkimuksessani ja työskentelyssäni löytämäni eri vastaukset yhteen ratkaisevaan asiaan, joka on kuvittajan työssä merkittävää: tiedonhankintaan. On hyödyllistä ottaa selvää siitä, millä tavoin marginalisoidut, toiseutta kokeneet ihmiset toivovat tulevansa esitetyiksi. Tiedon ja toisen asemaan asettumisen kautta voidaan siis välittää parempaa, monimuotoisempaa ja vähemmän stereotyyppistä kuvastoa, joka voi muuttaa ja tasa-arvoistaa nyky-yhteiskuntaamme.

6. Lähteet

Painetut Lähteet:

Berger, John: Näkemisen tavat, Penguin Books, 1972.

Crabbe, Megan Jayne: BODY POSITIVE POWER, Vermilion, 2017.

De Brunhoff, Jean, suom. L. Aro: Babar 1, WSOY, Ensimmäiset suomenkieliset painokset 1958.

DiAngelo, Robin: White Fragility, Penguin Books, 2019.

Hall, Stuart: Identiteetti. Suom. ja toim. Lehtonen, M. & Herkman, J. Tampere: Vastapaino, 1999.

Male, Alan : The Power and Influence of Illustration, Bloomsbury Visual Arts, 2019.

Mountz, Alison: Key Concepts in Political Geography, Other, SAGE, 2009.

Saresma, T., Rossi, L-M. & Juvonen, T. (toim.): Käsikirja sukupuoleen. Tampere:Vastapaino, 2010.

Seppänen, Janne: Visuaalinen kulttuuri. Vastapaino, 2005.

Toivola, Jani: Musta tulee isona valkoinen, Siltala, 2016.

Verkkolähteet:

Kaikki sähköiset lähteet haettu 22.5.2020

Amzil, J. : Mainos, mainos, kuvastin, 2018. <https://www.ruskeattytot.fi/rtmedia/mainosmainoskuvastin>.

Bergenheim, Sophy: Tiedostamattomat etuoikeudet nakertavat empatiaa ja solidaarisuutta, 2016.
<https://blogs.helsinki.fi/sbergenh/2016/03/22/tiedostamattomat-etuoikeudet-nakertavat-empatiaa-ja-solidarisuutta/>

Brianne, Amira: People Are Really Mad About the New Ariel , 2019.
<https://medium.com/@BrianneAmira/people-are-really-mad-about-the-new-ariel-a4d8a71db9d0>

Euroopan Komissio: EU ratifoi vammaisten oikeuksia koskevan YK:n yleissopimuksen, 2011.
https://ec.europa.eu/commission/presscorner/detail/fi/IP_11_4

Feministinen Sarjakuvatoiminta: <http://feministinensarjakuva.sarjakuvablogit.com>

Hubara, Koko, Tarinoiden Kertomisesta, 2016. <http://urbanapa.fi/wp-content/uploads/2012/10/TOISEUS-101-näkökulmia-toiseuteen.pdf>

Hurme, Vuokko ja Hietamäki, Henna: ”Pelasta Maailma”, 2019
<https://kuvittajat.fi/kuvittaja-posts/pelasta-maailma>

Kivimäki, Petri, Yle Uutiset: Vuosikymmenien miesvalta on pian ohi – yhdessä Suomen yleisimmistä liikennemerkeistä kävelee kohta sukupuoleton pallopää, 2019.
<https://yle.fi/uutiset/3-10969277>

Lehtonen, Samu, IS: Brunberg poistaa Suukko-rasiasta suukottelevan parin – tässä perustelut uudelle kuvitukselle , 2020.
<https://www.is.fi/ruokala/ajankohtaista/art-2000006425318.html>

Mahadura & Özberkan: Monimuotoinen vanhemmuus, 2018. <https://areena.yle.fi/audio/1-4574345>

Mahadura & Özberkan: Kehovihasta kehorauhaan, 2020. <https://areena.yle.fi/audio/1-50494874>

Mattila, Raisa: Hiljaisen sängyn ahdistus – Asiantuntijat kertovat, kuinka synnytys vaikuttaa seksiin ja miten seksielämä saadaan taas vauhtiin , 2018.
<https://www.hs.fi/paivanlehti/01032018/art-2000005585469.html>

Nieminen, J. : Etnisyystiedon merkitys kasvaa maahanmuuton lisääntyessä. Tilastokeskus. 2013.
http://www.stat.fi/artikkelit/2013/art_2013-09-23_003.html?s=0

Nuorisotutkimusseura: Uusien kulutustuotteiden käyttö muokkasi sukupuolten normeja 1960–1970 -luvulla, 2019.
<https://www.nuorisotutkimusseura.fi/ajankohtaista/uutiset/2036-uusien-kulutustuotteiden-kaytto-muokkasi-sukupuolten-normeja-1960-1970-luvulla>

Paatero, Saara: Entisajan vammaiset eivät kohdanneet vain sortoa, vaan moni eli onnellista elämää, 2019.
<https://www.maailmankuvalehti.fi/2019/pitkat/entisajan-vammaiset-eivat-kohdanneet-vain-sortoa-vaan-moni-eli-onnellista-elamaa>

Robichaud, Megan: You Can't Just Draw Purple People and Call it Diversity, 2018.
<https://ux.shopify.com/you-cant-just-draw-purple-people-and-call-it-diversity-e2aa30f0c0e8>

Schmidt, Samantha: A mother, but not a woman , 2019.
<https://www.washingtonpost.com/dc-md-va/2019/08/16/non-binary-pregnant-navigating-most-gendered-role-all-motherhood/?arc404=true>

SETA : Sateenkaarianasto, 2020. <https://seta.fi/sateenkaaritieto/sateenkaarianasto/>

THL: Perhevapaiden käyttö ja kustannukset, 2020.

Tilastokeskus: Sukupuolten tasa-arvo, 2020. <https://www.tilastokeskus.fi/tup/tasaarvo/index.html>
<https://thl.fi/fi/web/sukupuolten-tasa-arvo/tasa-arvon-tila/perheet-ja-vanhemmuus/perhevapaiden-kaytto-ja-kustannukset>

WDDDB: weneeddiversebooks.org, 2020. <https://diversebooks.org/about-wndb/>

Ylitalo, Silja: Maahanmuutosta ja rasismista on vaikea puhua, jos sanoja ei ole tai ne ovat valmiiksi värittyneitä , 2019.
<https://www.maailma.net/nakokulmat/maahanmuutosta-ja-rasismista-on-vaikea-puhua-jos-sanoja-ei-ole-tai-ne-ovat-valmiiksi>

Kuva 1: Kultainen Aapinen, 1956 <https://digi.kansalliskirjasto.fi/teos/binding/1927000?page=35>

Kuva 2: Babar 1, Jean De Brunhoff, 1931.

Kuva 3: Benetton, <https://www.pinterest.at/pin/740490363716140565/>

Kuva 4: <https://medium.com/@BrianneAmira/people-are-really-mad-about-the-new-ariel-a4d8a71db9d0>

Kuva 5: <https://cdn.ebs.newsner.com/wp-content/uploads/sites/15/2020/03/vanhasuukot1.jpg>

Kuva 6: <https://www.is.fi/ruokala/ajankohtaista/art-2000006425318.html>

Kuva 7: Saara Obele

Kuva 8: https://www.hameensanomat.fi/wp-content/uploads/2020/02/WEB_liikennemerkit.jpg

Kuva 9: Kuvakaappaus: https://twitter.com/panda_eriksson/status/969989261691904004

Kuva 10: Kuvakaappaus: <https://www.instagram.com/bodyposipanda/?hl=fi>

Kuva 11: Kuvakaappaus: <https://www.youtube.com/watch?v=tKq4ITynMmU>

Kuva 12: <https://www.facebook.com/kaisascomics/photos/rpp.165517133478638/3208621185834869/?type=3&theater>

Kuva 13: Saara Obele

Kuva 14: Saara Obele

Kuva 15: <https://grainedit.com/2012/03/19/olle-eksell-site-shop>

Kuva 16: https://pbs.twimg.com/media/DTVgwlaWsAAe_W7.jpg

Kuva 17: <https://de.phaidon.com/resource/paul-rand-image-1.jpg>

Kuvat 18-31: Saara Obele

Kuvat 32-33: <https://www.worldoftre.com/products/women-in-business-inspiraatiokortit>

Kuva 34: Saara Obele

Kuva 35: <https://fi.pinterest.com/pin/567242515539491923/> / Mary Engelbreit

Kuva 36: <http://www.gustavklimt.net/mother-and-child/>

Kuvat 37-51: Saara Obele

7. *Liitteet*

7.1 *Pikkuisen Pihan Porukka* - lastenkirja Tähänastinen toteutus



Kansikuva



Kirjan ensimmäinen sisäaukeama



Ensimmäinen sivu ja esittely



Toni



Samir

Puumajasta kantautuu pihkan haju:
On siellä taas kaksoiset Pihla ja Paju.
On tyttöjen mielikuvitus
heidän lempihuvitus:
Leikeissä taas mukana niin petsit kuin havut,
kävyt, kivet ja mielikuvituskamut.

Leikin lomassa lapset roskatkin kerää,
kuka ees kehtaa roskata enää?
On luonto meille tärkeä,
siis paras olla sen ystävä.



Pihla ja Paju

Jos kysytään pikku Tuukalta,
voiko poika näyttää Elsalta:
Ei Tuukka kauaa vastaustaan pohdi:
"Olit sitten Tuukka, Leevi tai Sohvi,
voi mekkoa aivan hyvin käyttää
- ja takuulla upeelta näyttää!"

Talvi on Tuukan vuodenaika:
Silloin pääsee irti Elsan taika.
Huurteiset puut ja hanget valkoiset kuin lakana:
Kuningatar Elsa, eli Tuukkahan sen kaiken takana!



Tuukka

Katsokaas kaikki taitavaa Marttaa:
Hän ei vaaroja juuri taida karttaa!

Jalat maassa - se vasta ois tylsää:
Pää alaspäin sitä mielummin viiletää!

Martta heittää voltin, tekee kärrynpyöriä,
hauskinta on vaan pitkin pihaa hyöriä.

Kun keikkuu oksilla tai kiipee puuhun,
hymy nousee herkästi silloin Martan suuhun.

Ei lapselta tältä juuri vauhtia puutu.
Eikä se haittaa, eihän siitä kukaan suutu.



33

Martta

Ei haittaa Topin menoo vaikkei jalat kannaa,
kun on keppariheppa sekä pyörät alla,
taittuu matka jos toinenkin,
niin tänään kuten eilenkin.

Osa tää ratsukko temppuja monia,
Ei kukaan hallitse Topin lailla ponia.
Topin salaisuus onkin taskuporkkana,
Se auttaa kyllä - ihan varmana!



Topi



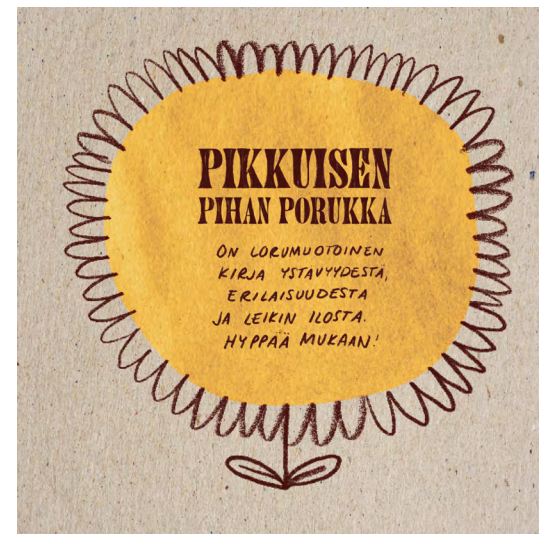
Risto



Interaktiivinen sivu, joka haastaa lukijaa pohtimaan omaa osaamistaan ja ainutlaatuisuuttaan



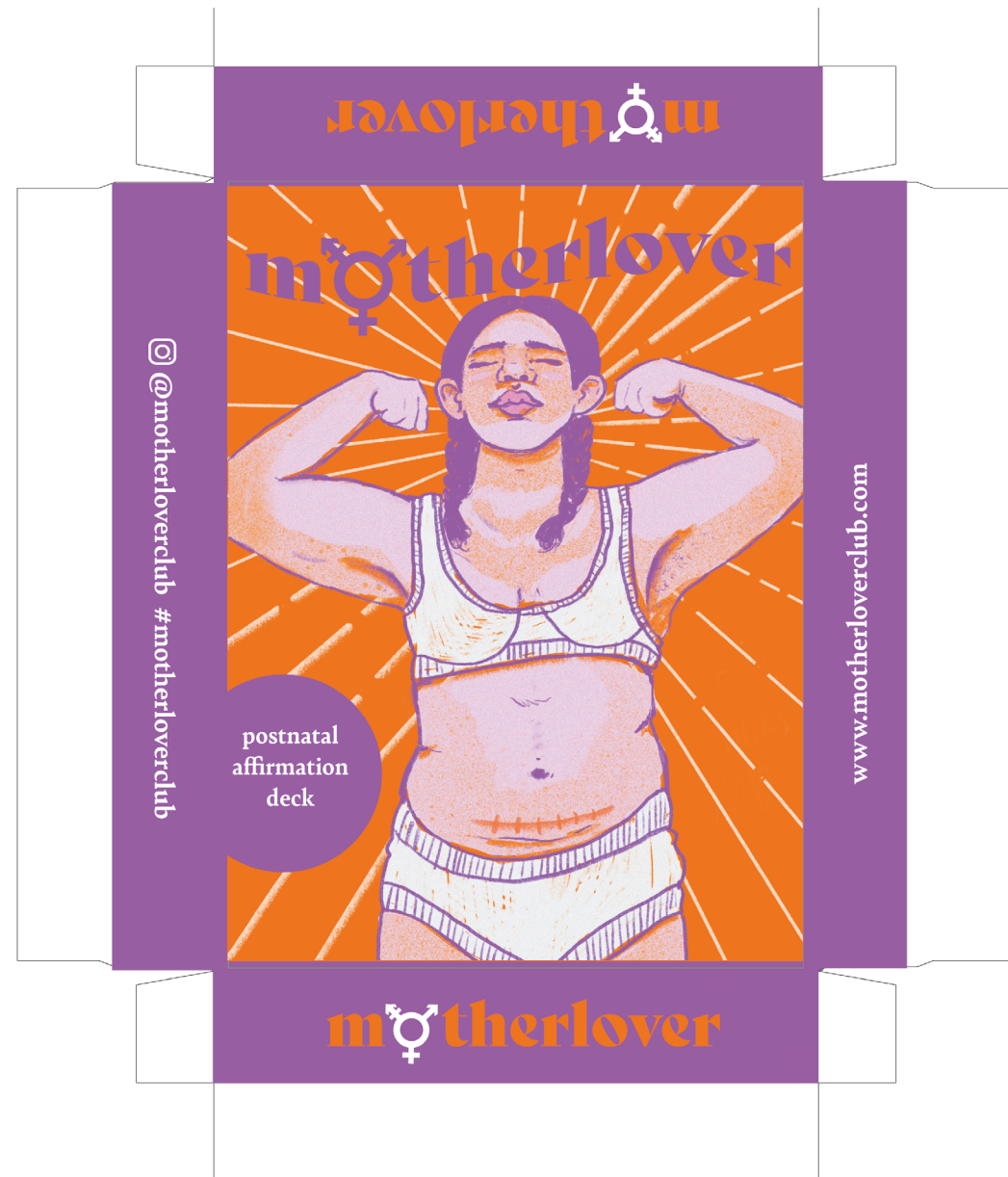
Lopun sisäaukeama ja yönäkymä



Takakansi

7. *Liitteet*

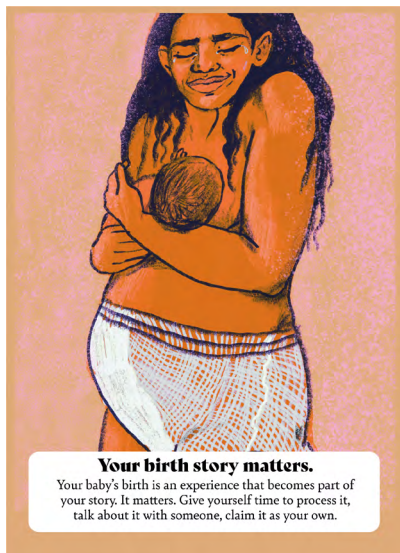
7.2 *Motherlover*-korttipakka:
kannet ja 20 korttia teksteineen





Support your fellow parents.

Comparing yourself to others is not useful. We all struggle and falter sometimes, and a kind word goes a long way.



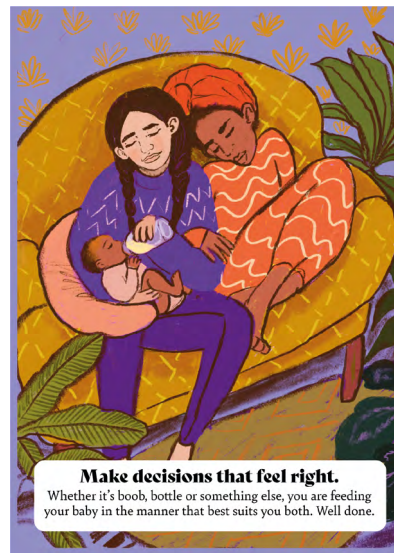
Your birth story matters.

Your baby's birth is an experience that becomes part of your story. It matters. Give yourself time to process it, talk about it with someone, claim it as your own.



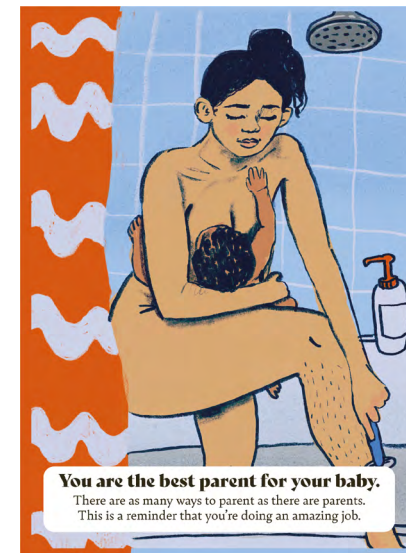
You are your baby's person.

Take some time to be fully present and enjoy the little things, the small wins and all your baby's firsts.



Make decisions that feel right.

Whether it's boob, bottle or something else, you are feeding your baby in the manner that best suits you both. Well done.



You are the best parent for your baby.

There are as many ways to parent as there are parents. This is a reminder that you're doing an amazing job.



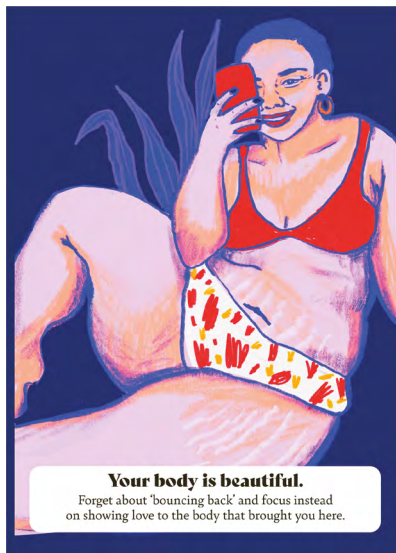
Be gentle with yourself.

What took nine months to grow takes time to heal. Resist hurry; allow yourself time to recover.



Selfcare is also caring for your baby.

The more cared for you are, the better you can care for your baby.



Your body is beautiful.

Forget about 'bouncing back' and focus instead on showing love to the body that brought you here.



Breathe, Motherlover.

Close your eyes and take three deep breaths, inhaling and exhaling slowly.



Have sex or don't.

The right kind of intimacy should happen on your own terms, if and when you're ready.

